



Comunicado de prensa

Para publicación inmediata: 14 de septiembre de 2021 (21-201- Español)

Contacto: [Eloise Harris](#), comunicaciones, 360-790-5688

Pautas de salud conductual para la vuelta a la escuela

La nueva caja de herramientas THINK es uno de los recursos que se utilizarán para ayudar a enfrentar los impactos en la salud conductual

OLYMPIA. Al ver que los estudiantes y educadores regresan a las aulas y reinician la rutina de aprendizaje de manera presencial, el Departamento de Salud (DOH, por su sigla en inglés) brinda consejos y recursos de salud conductual para guiar las respuestas emocionales que los niños, adolescentes y adultos pueden experimentar durante estos tiempos emocionantes y estresantes.

La [caja de herramientas THINK para la vuelta a la escuela tras la COVID-19](#) (solo en inglés) es un recurso para ayudar a facilitar la adaptación al regreso del aprendizaje y las clases presenciales. THINK (por su sigla en inglés, “enseñanza con estrategias neurológicas orientadas al cuidado de la salud para niños”) es una caja de herramientas que tiene información para ayudar a los niños y adolescentes en edad escolar a lidiar con el impacto emocional de la COVID-19, así como consejos para desarrollar y mantener la resiliencia y practicar hábitos de cuidado personal durante una catástrofe.

“Los niños y adolescentes se ven especialmente afectados por la pandemia”, afirma la Dra. Kira Mauseth, codirectora del equipo de acción para la salud conductual del Departamento de Salud. “Los niños y los jóvenes no procesan la información igual que los adultos. Necesitan diferentes estructuras de apoyo durante las catástrofes y las grandes transiciones, como la de promover la recuperación en el aula, y durante el regreso a la educación presencial. La caja de herramientas

THINK se desarrolló para abordar estas áreas y algunos de los traumas y el estrés que todos hemos experimentado a raíz de la pandemia".

El aumento de la ansiedad, el mal comportamiento y la regresión conductual en casa o en la escuela son algunas de las respuestas de salud conductual que los padres, los cuidadores y los maestros probablemente verán o encontrarán en los estudiantes este otoño. También debemos estar atentos a los “comportamientos alarmantes”, como la ideación o la expresión suicida (hablar del suicidio), la violencia y la agresividad. Estos comportamientos requerirán apoyo profesional especializado adicional. En el caso de los niños con trastorno del espectro autista (TEA), se duplican las probabilidades de que tengan problemas de comportamiento más intensos y frecuentes durante la pandemia.

Ahora que las escuelas se abren para el aprendizaje presencial, también se pone en marcha la educación y la recuperación de los estudiantes “en el aula”. A la hora de promover la recuperación en el aula, es importante recordar que algunos alumnos provienen de grupos que se han visto más afectados por la pandemia de la COVID-19.

Teniendo esto presente, es fundamental que se fomente y desarrolle la resiliencia de los estudiantes. Hacer actividades que faciliten la cooperación y la comunicación, y ayudar a los niños y jóvenes a que desarrollen su autosuficiencia (la confianza en su capacidad para lograr un objetivo) son aspectos muy importantes para la resiliencia en el aula. También hay que hacer mucho hincapié en las actividades que aportan estructura, coherencia y la oportunidad de contribuir.

“Como padre y médico, sé que el aprendizaje presencial es sumamente beneficioso para el bienestar general de los niños”, afirmó Umair Shah, MD, MPH, secretario de Salud. “La interacción en persona ayuda a garantizar un acceso equitativo a la educación para todos los estudiantes. El trabajo que hacemos ahora para mantenerlos a salvo conducirá, a largo plazo, a un futuro más próspero y saludable para nuestros niños”.

Los maestros, los entrenadores, el personal escolar, los mentores, los padres y los cuidadores también corren el riesgo de sufrir más ansiedad en este momento. Para estos grupos, la mejor

medicina es incorporar hábitos de cuidado personal de la manera que funcione para ellos. Ahora, más que nunca, se necesita paciencia y compasión.

Recursos adicionales:

- [La caja de herramientas THINK para la vuelta a la escuela tras la COVID-19 \(wa.gov\)](#) (solo en inglés) incluye herramientas para niños con trastorno del espectro autista
- [Requisitos de las escuelas K-12 2021-2022 \(wa.gov\)](#) (solo en inglés)
- [Línea telefónica nacional de ayuda para padres](#) (solo en inglés), 1-855-427- 2736
- Respuesta del estado de Washington ante la COVID-19: [página web de bienestar mental y emocional](#) (solo en inglés)
- [Un estado de atención plena](#) (solo en inglés): un recurso impulsado por personas que conecta a los individuos con recursos de salud mental y les permite compartir sus historias

Ingresa al [sitio web del DOH](#) cuando necesite *una dosis saludable de información*. [Encuéntrenos en Facebook](#) y [síguenos en Twitter](#). Regístrate para recibir el blog del Departamento de Salud, [Bienestarwa](#).

###